

3歳未満児の健康生活に関わる家庭的保育者の支援 －生活習慣形成を手がかりとして－

佐野 裕子^{*1} 高尾 公矢^{*2}

The influence of family day care workers on the acquisition of healthy habits by children under the age of 3: The lifestyle formation as a clue

SANO, Hiroko and TAKAO, Kimiya

要旨

2013年5月、家庭的保育者7名を対象に、家庭的保育者は3歳未満児の生活習慣形成にどのように関わり、どのような思いで支援を行っているのか調査し、半構造化面接法により分析と検討を加えた。

その結果、生成した27のコードから、13のカテゴリー、6のコアカテゴリーを生成した。コアカテゴリーは、①個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援、②遊びを通したきめ細やかな基本的な生活習慣形成支援、③個々の戸外遊び支援、④個々への健康的な生活リズム支援、⑤家庭と共に育む生活習慣形成支援、⑥個々に必要な健康的な生活習慣の確立、であった。

以上により、家庭的保育者の支援は、個人差が大きく、個々の状態に応じた関わりが必要な3歳未満児の生活習慣形成にふさわしい支援であることが示唆された。

一方で、同じ保育者の日々一貫した支援は、保育者の質に関わる部分が大きいことから、質の向上を目指した研修や研修への参加体制の整備などの必要性が求められた。

キーワード

3歳未満児・生活習慣・家庭的保育者・支援

Abstract

How are family day care workers caring for small children in and out of home involved in the formation of habits in children under three years of age, and how do such family day care workers support children in their care? Semi-structured interviews were conducted with family day care workers (N=7) in May 2013. The results were analyzed qualitatively. As a result, 27 keywords, 13 sub-categories, and 6 core categories were extracted. The six core categories included ①support for formation of habits by taking the pace of the individual child into consideration, ②careful support for formation of habits through play, ③individual support for outdoor play, ④ individual support for developing a healthy life rhythm, ⑤support for forming habits together with family members, and ⑥ establishment of healthy habits that are necessary for each child. It is suggested that support provided by these family day care workers would be appropriate for formation of habits of children under three years of age having large individual differences and involvements, if the support were based on each the conditions faced by each child. On the other hand, the quality of the family day care workers is important, because the same family day care workers consistently provides support to a child on a daily basis. It would be necessary to provide training for improving the quality of family day care workers and develop a system for them to participate in training.

Key words

children under the age of 3, the formation of habits, family day care workers, support

目 的

わが国は、2015年度から子ども・子育て支援制度（内閣府2014）がスタートした。これにより多様な基準・条件による保育が可能となり、企業やNPO法人なども保育の実施主体となることができる。しかし、保育の多様化に伴って、「保育の質」の担保が求められる。とくに、3歳未満の時期は、健康生活に必要な生活習慣が形成される時期でもあり、生涯にわたる健康生活の基礎づくりの時期でもある。個人差の大きい3歳未満児の発達を鑑みると、一人ひとりの状態に応じ、落ち着いた雰囲気

気の中で行う支援が求められる（厚生労働省 2008a）。

わが国の保育の供給は主に保育所であるが、他方3歳未満児を対象とした保育として、60年以上の歴史をもつ家庭的保育事業がある。2008年、児童福祉法の改正により、家庭的保育は保育事業として位置付けられ、2010年施行された。保育の特徴としては、特定の保育者が少人数の子どもを家庭的な保育環境で保育することにより、個別的で柔軟な対応が可能である（家庭的保育研究会 2011a）。

生活習慣に関する研究は、保育所の保育を受ける子どもや家

* 1：聖徳大学児童学部児童学科・准教授／* 2：聖徳大学心理・福祉学部社会福祉学科・教授

庭児を含めた3歳未満児を対象とした研究が多数実施され、問題や課題が示されてきた^(注1)。家庭的保育を受ける子どもの生活習慣に焦点をあてた研究は、佐野(2013a, 2013b)による広域調査研究のみで、僅少であった。研究の中で、健康生活の基盤となる睡眠習慣や運動習慣、食習慣について、家庭的保育を受ける子どもは比較的健康な生活が送られていることが示唆された(佐野 2013a, 2013b)。

そこで、本研究では、3歳未満児の生活習慣形成について、日中保育における家庭的保育者の支援を明らかにし、3歳未満児の健康生活に寄与する知見を得ることを目的とした。

方 法

1. 研究デザイン

半構造化面接法による質的研究

2. 調査対象と調査期間

(1) 調査対象の要件

調査対象の要件として、以下、①～④を設定した。

①自治体の取り組みとして家庭的保育が旧来から実施され、現在も積極的に取り組まれている。②連携保育所が設置されている。③家庭的保育者同士の連絡会があり、研鑽を積んでいる。④待機児童が比較的多い(900名以上)都道府県(全国保育団体連絡会 2013)。

(2) 調査対象者の属性

調査対象者の要件として、以下、①～④を設定した。

①自治体の認定を受け、家庭的保育を行う保育者。②家庭的保育経験が5年以上の経験者。③年齢は、40歳代、50歳代、60歳代が含まれる。④保育補助者、あるいは、保育の協力者が設置されている。

以上、①～④をふまえ、研究協力の説明・依頼を行い、協力の承諾を得られた家庭的保育者7名を研究対象者とした。なお、研究対象者7名の内6名は保育士資格を有し、1名は自治体の認定者を受けた家庭的保育者であったが、本対象者は、家庭的保育経験年数が15年を有しており、自治体からの推薦もあり、対象者に加えた。

(3) 調査期間・場所

調査期間は、2013年5月9日～5月29日。

インタビューの場は、家庭的保育者の勤務時間外に安心して話ができる場として、対象者が希望した場所で行った。

3. 調査方法

半構造化面接法を用いて、対象となる家庭的保育者にインタビューによる面接を行った。事前にインタビューガイドを作成し、インタビューガイドに沿って一人約30分間面接を行った。また、対象者の了解を得てICレコーダーへ録音を行った。

インタビューガイドの内容は、①属性、②健康的な生活習慣確立に向けて、子どもや保護者とどのように関わっているか、

③生活習慣形成支援について、どのような心がけや思いがあるか等についてである。

4. 分析方法

研究対象者ごとにインタビューデータから逐語録を作成し、本研究では、「自己の居宅で、3歳未満児の生活習慣形成に関わる家庭的保育者の子どもや保護者への思い、心がけ」に焦点をあてて分析した。

分析手順は、①文脈を単位として、生データの意味内容の確認を繰り返し、関連箇所に着目し、コードを生成した。②コードと生データの意味内容の確認を繰り返し、同質性、異質性を判断し、類似しているものをまとめ、カテゴリーを生成した。③さらに、カテゴリー間の同質性、異質性を判断し、類似しているものをまとめ、コアカテゴリーを生成した。④コード、カテゴリー、コアカテゴリーの相互の関係から分析結果をまとめた。

本研究では、上記①～④の過程において、研究者間で検討した。

5. 分析結果の厳密性

分析結果の厳密性を確保するために、①分析に偏りがなく、②恣意的な解釈にならないこと、③その結果に間違いがないことについて、スーパーヴァイザー2名(保育経験35年の保育士、保育研究者である大学教員各1名)による確認を受けた。

6. 倫理的配慮

本研究の調査協力が得られた自治体、自治体が管轄する家庭的保育者、家庭的保育児の保護者に、それぞれ書面にて本研究の主旨と調査協力の依頼を行った。実施にあたり、インタビュー対象者には研究者から研究の主旨、面接方法及び参加の自由意志、中途辞退の権利、不利益からの保護、プライバシーの保護、個人情報保護、得られた情報を本研究以外の目的で使わないこと、研究結果の公表などについて、文書と口頭にて説明し、同意書に署名を得た。面接より得られたデータは、研究者が厳重に保管した。

本研究は、聖徳大学倫理委員会の承認(NO. 聖大総 第297号)を得て実施した。

結 果

1. 研究対象者の背景

対象者は、平均55.0(±6.5)歳で、保育経験年数は、平均11.1(±4.6)年であった。

研究対象者の概要については、表1に示した。

2. 家庭的保育者の生活習慣形成支援

逐語録より、27のコード、13のカテゴリー、さらに、6のコアカテゴリーが生成された(表2)。

なお、記述にあたっては、コードは< >、カテゴリーは【 】、コアカテゴリーは太字で示した。

1) 個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援

このコアカテゴリーは、4のカテゴリーで構成される。

【同じ保育者の日々一貫した支援】

家庭的保育者は、保育者が1日中交代することなく、保護者が迎えに来るまで＜同じ保育者による生活習慣形成支援＞は、子どもの心の安定、保護者の安心感に繋がると考えていた。また、とくに、保育所勤務経験のある家庭的保育者は、家庭的保育は＜子どものペースに合わせた生活習慣形成支援＞であることを強調していた。

【個々の遊び心を満たす環境】

家庭的保育者は、＜個々の遊び心の充足＞や＜没頭できる遊び環境＞を工夫し、遊びに集中できる環境を整えることに努めていた。

【保育補助者が支える個々の生活習慣】

雇っている保育補助者や、家庭的保育者の夫、家族なども含めた保育補助者が保育の担い手になっていることにより、子どもの一人ひとりの生活習慣形成がきめ細かくできると考えていた。

【遊びや生活を支えるバラエティな人的環境】

地域の高齢者や家庭的保育の卒業生、近所の住民らが気にかけて手助けしてくれることが、家庭的保育ならではの保育として示された。

2) 遊びを通してきめ細やかな基本的生活習慣形成支援

このコアカテゴリーは、3のカテゴリーで構成される。

【遊びを通しての排泄習慣支援】

およそ何時ぐらいになると尿意をもよおしてくるか、きめ細かな＜個々の排泄状況の把握＞に努め、排尿のタイミングに気をつけていることが示された。また、それぞれの家庭的保育のやり方で、おまる等を効果的に利用した【遊びを通しての排泄習慣支援】であることを心がけていた。

【オンリーワンの衣服着脱支援】

衣服着脱が苦手な子どもの背景を探り、その子どもに適した衣服着脱遊びの考案＜オンリーワンの着脱習慣の工夫＞や、＜個々に楽しみながらの着脱習慣＞となるよう、玩具やゲーム等を用い、楽しみながらの生活習慣形成を心がけていた。

【満喫しながらの食習慣形成支援】

自食を促すために＜その子に合わせた食習慣形成の工夫＞や、手づかみ食べ・食具食べを満足するまで十分に行うことができるように環境の工夫に努めていた。

3) 個々の戸外遊び支援

このコアカテゴリーは、2のカテゴリーで構成される。

【保育者同士で工夫する公園遊び】

＜日課の公園遊び＞が行われ、近隣の家庭的保育者同士が集まり、役割を分担して、子どもの発達に沿った遊びを工夫しながら、＜保育者同士による公園遊びの充実＞が図られていた。

【個々に必要な運動遊び経験】

個人差が大きい子どもの運動発達を鑑み、＜個々に必要な運動遊び経験＞を保障するように努めていた。また、戸外での運動遊びを十分に取り入れることを心がけ＜戸外運動遊びの充実＞＜午睡後の戸外遊び＞を図っていた。

4) 個々への健康的な生活リズム支援

このコアカテゴリーは、2のカテゴリーで構成される。

表1. 対象者の属性

対象者	年齢	性別	家庭的保育 経験年数	資格	保育 人数	保育補助者 有無
F1	50歳代	女	6	保育士	3	補助者あり
F2	60歳代	女	7	保育士	3	補助者あり
F3	50歳代	女	17	保育士	3	補助者あり
F4	40歳代	女	11	保育士	3	補助者あり
F5	60歳代	女	15	保育士	3	補助者あり
F6	50歳代	女	7	保育士	3	補助者あり
F7	60歳代	女	15	自治体委託者	2	補助者あり

表2. 3歳未満児の生活習慣形成に関わる家庭的保育者の支援

コアカテゴリー	【カテゴリー】	＜コード＞（データ数）
個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援	【同じ保育者の日々一貫した支援】	＜同じ保育者による生活習慣形成支援＞(4)
		＜子どものペースに合わせた生活習慣形成支援＞(4)
	【個々の遊び心を満たす環境】	＜没頭できる遊び環境＞(4)
		＜個々の遊び心の充足＞(5)
	【保育補助者が支える個々の生活習慣】	＜保育者の家族が支える生活習慣＞(3)
		＜保育補助者が支える生活習慣＞(3)
遊びを通してきめ細やかな基本的生活習慣形成支援	【遊びや生活を支えるバラエティな人的環境】	＜遊びを支える地域住民＞(3)
		＜生活を支える地域住民＞(3)
	【遊びを通しての排泄習慣支援】	＜個々の排泄状況の把握＞(2)
		＜個々に楽しみながらの着脱習慣＞(4)
	【オンリーワンの衣服着脱支援】	＜オンリーワンの着脱習慣の工夫＞(4)
		＜その子に合わせた食習慣形成の工夫＞(3)
個々の戸外遊び支援	【保育者同士で工夫する公園遊び】	＜日課の公園遊び＞(4)
		＜保育者同士による公園遊びの充実＞(3)
	【個々に必要な運動遊び経験】	＜個々に必要な運動遊び経験＞(3)
		＜戸外運動遊びの充実＞(3)
		＜午睡後の戸外遊び＞(3)
		＜満喫する手づかみ・食具食べ＞(2)
個々への健康的な生活リズム支援	【楽しみながらの入眠】	＜熟睡できる睡眠環境の工夫＞(2)
		＜子どもの心を満たす入眠儀式＞(3)
	【巧みな生活リズムの調整】	＜24時間を見据えた巧みな生活リズムの調整＞(3)
		＜家庭と共に育む生活習慣形成支援＞(4)
		＜家庭に繋ぐ食習慣＞(4)
		＜親子を繋ぐ遊びの伝承＞(3)
家庭と共に育む生活習慣形成支援	【きめ細かく繋げる生活習慣】	＜個々の生活リズムの確立＞(3)
		＜個々の食習慣の確立＞(2)
		＜楽しみながらの衣服着脱習慣の確立＞(3)
		＜個々の健康的な生活習慣の確立＞(3)
	【個々の健康的な生活習慣の確立】	＜個々の健康的な生活習慣の確立＞(3)
		＜楽しみながらの衣服着脱習慣の確立＞(3)

【巧みな生活リズムの調整】

子どもの24時間を見据え、健康的な生活リズムに同調できるように、昼食時間や午睡時間を微調整し、個々の生活リズムの調整を心がけていた。

【楽しみながらの入眠】

子どもの発達年齢や癖を把握し、熟睡できる環境を工夫し、一人ひとりの子どもが楽しんで入眠できるように、＜子どもの心を満たす入眠儀式＞の工夫に努めていた。

5) 家庭と共に育む生活習慣形成支援

このコアカテゴリーは、1のカテゴリーで構成される。

【きめ細かく繋げる生活習慣】

保育室での排泄習慣や食習慣を家庭でも連続して行うことができるように、保護者にきめ細かく伝えることを心がけていた。また、保育室での遊びが家庭でも行われるように＜親子を繋ぐ遊びの伝承＞を意識し、保護者に伝えていた。

6) 個々に必要な健康的な生活習慣の確立

このコアカテゴリーは、1のカテゴリーで構成される。

【個々の健康的な生活習慣の確立】

3歳未満の時期に求められる基本的な生活習慣や健康的な生活リズム等を意識し、確立できるように努めていた。

考 察

本研究結果からは、家庭的保育者による3歳未満児の個々に必要な健康的な生活習慣の確立への支援が導き出された。以下に、詳細を考察する。

1. 個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援

保育所保育指針の3歳未満児の保育に関わる配慮事項として、子どもの情緒の安定を図ること（厚生労働省 2008a）、また、その中で、応答的な関わりやふれあい、言葉がけ等の必要性が示されている（厚生労働省 2008b）。本研究対象の家庭的保育は、家庭的保育児の家庭環境と同種の家庭的雰囲気の中で行われる【同じ保育者の日々一貫した支援】であった。田宮(2013)は、保育施設では、保育者を安全基地として心の中にイメージできるようになると安心して保育所で生活することが可能となり、新しいことにもチャレンジできるようになると述べている。日中の大半を保育施設で生活する子どもにとって、情緒の安定を図る上でも心の拠り所となる特定の保育者の存在は重要である。とくに3歳未満児の発達を鑑みると、交代することなく、日々一貫した保育を行う家庭的保育者は、田宮(2013)の言う安全基地としてイメージしやすいと推察された。

家庭的保育者は、＜個々の遊び心の充足＞や＜没頭できる遊び環境＞を工夫し、【個々の遊び心を満たす環境】を整えることに努めていた。これは、保育児が3名以下という少人数保育であることに加え、保育者の居宅は限られた空間であることか

ら、保育者と子どもとの距離が近く、子どもの興味や関心を十分に把握することができ、個々に応じた配慮が可能になると推察された。

また、家庭的保育者の家族や地域住民など、家庭的保育を支える人的環境も明らかになった。保育者の家族は子どもを抱きかかえながら、子どもが満足するまで絵本を読んだり、おんぶで寝かしつけたりする等、保育者の家族や【保育補助者が支える個々の生活習慣】が示された。雨天で戸外遊びができない時には、子どもが飽きるまで遊び相手になってくれる近隣の住民や、家庭的保育の卒業生、外出の際に子どもに声をかけてくれる地域住民、災害時の応援を申し出てくれる近隣住民など、家庭的保育ならではの【遊びや生活を支えるバラエティな人的環境】があった。これは、鯨岡(1997)の言う、戦前の保育を彷彿とさせる、保護者の親世代や近所の子育て経験の豊かな人々に囲まれた、地域に根差した子育ての姿であると言えよう。家庭的保育児の家族形態は、核家族が約8割を占めており（佐野, 2013a）、保護者が一人で子育てを担う割合が多い。地域の人々が家庭的保育児に愛情をもって関わり、支えている保育環境は、保育児や保護者にとっても貴重である。

このように、家庭的保育ならではの人的環境や物的環境等の中で、家庭的保育者は、個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援に努めていた。しかし、【同じ保育者の日々一貫した支援】は、反面、保育者の質に関わる場所が大きく、家庭的保育室間の差も顕現する。質の向上をめざし保育者研修が実施されているが、保育者が研修に参加するための保育体制はまだ未整備である。保育者が研修に参加しやすい体制を整えるためにも、代替保育^(注2)が行われやすいように近隣の保育所との連携を深めることが必要である。

2. 遊びを通してきめ細やかな基本的な生活習慣形成支援

日中保育においては、家庭的保育者は、上記、個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援をベースに、遊びを通してきめ細やかな基本的な生活習慣形成支援に努めていた。例として、子ども独特の不安を抱える排泄行為については、トイレ内の環境の整備やおまるを遊び用具にみたてて遊ぶなどの【遊びを通しての排泄習慣支援】がなされていた。また、この時期に十分経験させたい手掴み食は、こぼす分も考えて量を多めにしていることや、こぼして差し支えないように食環境を整える等、子どもが【満喫しながらの食習慣形成支援】に努めていた。また、衣服の着脱が苦手な子どもに対しては、遊びの中で楽しく着脱が習得できるように、その子ども一人だけのために考案した着脱習得玩具などを用いた【オンリーワンの衣服着脱支援】など、きめ細かな支援が明らかになった。生活習慣の習得には、子どもが自分でしようとする気持ちを尊重することが示されている（厚生労働省 2008a）。家庭的保育者の遊びを通してきめ細やかな基本的な生活習慣形成支援は、遊びであるが故、楽しく、

子どもの自主性が重んじられた支援である。その子どもに必要な生活習慣形成をタイミングよく、遊びを通して行う支援は、3歳未満児が基本的な生活習慣を獲得する上で参考となろう。

3. 個々の戸外遊び支援

家庭的保育は園庭がないため、近隣の公園や広場、児童館、子育て支援施設等が頻繁に利用されており、家庭的保育者は、地域全体を「園庭」に見立てているユニークさもあった。そして、＜日課の公園遊び＞の実態が明らかになった。保育補助者が設置されている保育室はもとより、保育補助者が設置されていない保育室でも、日常、公園遊びを実施し、保育者同士がお互いに協力して他の家庭的保育児の援助を行ったり、公園に来ている地域の家庭の親子も巻き込んで【保育者同士で工夫する公園遊び】が展開されていた。

3歳未満児の発達の特徴として歩行の開始がある。歩行の獲得は、自己の欲求を生活のあらゆる場面で発揮することができ、自己実現に繋がる。また、一人歩きを十分に経験する中で脚力やバランス感覚が発達し、体力が養われてくる。しかし、この時期の子どもは発達面でも個人差が大きく、一人ひとりに合わせた支援が必要な時期でもある。本研究結果からは、家庭的保育者は午前のみならず、午睡後の戸外遊びも設け、【個々に必要な運動遊び経験】を図り、個々の戸外遊び支援を行っていた。家庭的保育の保育実態調査（佐野，2013b）では、力を入れて行っている遊びは「戸外遊び」が88.4%、地域資源の利用は、第1位が公園で91.7%であった。従来、家庭的保育の密室性が懸念されてきた（小山ほか 2007）が、積極的に戸外に出て体を動かす戸外遊びが頻繁になされていた。また、集団保育と異なり、外出する際の手続き、準備などに手間がとられることはなく、少人数だからこそ戸外遊びが頻繁にできるという利点があった。家庭的保育の密室性は、頻繁な戸外遊びによっても回避することができていると推察された。

4. 個々への健康的な生活リズム支援

家庭的保育者は、健康的な生活リズムが獲得できるように、午前の戸外遊びや主活動、昼食、午睡など家庭的保育の生活リズムに個々の子どもの＜24時間を見据えた生活リズムの調整＞を行い、子ども一人ひとりに配慮しながら、家庭的保育ならではの【巧みな生活リズムの調整】を行っていた。これを可能にしたのは、家庭的保育ならではの融通の利く指導計画にある。栗山（2008）は、子どもの健全育成のためには、子どもの生活は極めて情緒的な部分を多く有していることから、保育計画のもとに一律に保育が行われるものではなく、保育計画は一人ひとりの子どもの個性に沿って個別のメニューを組み立てられるものと述べている。家庭的保育は、少人数であるが故、保育計画も子どもの現況に合わせ柔軟に対応できる利点がある。

家庭的保育の保育実態調査（佐野，2013b）では、「力を入れて行っている保育内容」として、第1位に生活リズムが挙げら

れた。本研究結果からも個々への健康的な生活リズム支援が示された。とくに、子ども一人ひとりを十分観察し、子どもの習性を把握しながら＜熟睡できる睡眠環境の工夫＞が示され、子どもが満足するまで行う絵本の読み聞かせや0、1歳児へのおんぶの安心感で寝かせる工夫など、子ども一人ひとりの発達を考慮し、それぞれの保育室で＜子どもの心を満たす入眠儀式＞があった。そして【楽しみながらの入眠】を心がけ、午睡に導いていた。神山（2011）は入眠儀式について、ヒトとしての眠りを考えた時に、眠りは無防備な状態であり、信頼できる安心な状況でなければ眠れないものであり、眠るまでの状況把握はヒトにとって重要であると述べ、寝かしつける積極的な手段として入眠儀式を取り入れることを提唱している。

上述した家庭的保育の入眠儀式は、家庭的保育児の家庭と似かよった安寧な環境で行われる入眠儀式であり、保育所保育指針に掲げられている、3歳未満児の睡眠習慣の配慮（厚生労働省編 2008a）を鑑みても望ましいものであると推考する。

また、保育所保育指針には子どもの生活リズムの尊重（厚生労働省 2008c）が掲げられている。生活リズムを整え健康的な生活習慣を獲得するためには、午後の運動遊びの有効性が説かれている（厚生労働省 2001、前橋 2008）が、上述の日中保育における個々の戸外遊びは、食習慣、睡眠習慣にも影響を及ぼし健康的な生活リズムを確立するための一助となろう。

5. 家庭と共に育む生活習慣形成支援

家庭的保育者は、＜家庭に繋ぐ排泄習慣＞や＜家庭に繋ぐ食習慣＞、＜親子を繋ぐ遊びの伝承＞など、日中保育で形成される生活習慣や遊びをきめ細かく家庭に繋げることにより、保育室での生活が家庭でも連続してなされるよう、家庭と共に育む生活習慣形成支援を心がけていた。保護者が家庭的保育者に育児や教育の相談をする割合は、87.1%～90.7%と高率で、保護者の子育ての良きサポーターとしての保育者の存在が確認されている（佐野 2013a）。とくに、2歳児は、わがままに見える自己主張が目立ち、対応に苦慮する時期でもある（鯨岡ほか 2014）。保護者にとっては、家庭的保育者は実家の母親と近似した年代（佐野 2013b）でもあり、よき相談相手として身近な心強い存在であろう。社会的保育の役割として保護者支援がある。保育者は、親になる以前に、乳幼児とふれあう機会や子どもが育つ様子を間近に接する経験もないまま親になった保護者に対し、親として成長できるような支援をしていく役割も担っている。本研究の逐語録からも、歩行開始時期を過ぎているのに抱っこ生活であったり、夜間の睡眠環境整備がうまくできない等が示されたが、家庭的保育者は、【きめ細かく繋げる生活習慣】を心がけ、家庭と共に育む生活習慣形成支援に努めていた。

家庭的保育では、日々同じ保育者と保護者が子どもの送迎時に顔を合わせる。そこでは、子どもの情報交換を行うことから、

保育者と保護者の距離も近くなり、信頼関係が生じやすい（家庭的保育研究会 2011b）。安梅（2004a, 2004b）は、子どもの発達に関連する要因として、家庭における保護者の育児態度や保護者への育児サポートの有無などが強く関連することを述べている。家庭的保育者は、まさに、保護者の育児サポーターであり、自我が強く対応に苦慮する3歳未満の時期の子どもを抱える保護者の良き相談相手でもあった。

3歳未満の時期は、生涯にわたる健康生活の基礎づくりの時期であり、生活習慣を習得していく過程は、心身の発達過程でもある。本研究から明らかになった家庭的保育者の生活習慣形成支援は、3歳未満児の個々に必要な健康的な生活習慣の確立に至る支援であることが示唆された。

3歳未満児の生活習慣形成支援については、保育の供給主体である保育所においては、保育士の交代勤務による集団保育である。複数の保育士が関わり、1人の保育士に偏ることなく一定の保育の質が保たれている。一方、家庭的保育は、【同じ保育者の日々一貫した支援】であり、保育者の質に関わる部分が大きく、密室保育も懸念されるところであった。近隣保育所や子育て支援センター等、地域資源の利用や保育交流、家庭的保育同士の交流など、積極的な生活習慣形成支援の取り組みも求められる。

近年、家庭的保育は待機児童対策の一環として注目されているが、質の高い家庭的保育は、子どもの発達をきめ細やかに保障する貴重な保育形態であるとも言えよう。

まとめ

3歳未満児の生活習慣に関わる家庭的保育者の支援は、家庭的保育児の家庭環境と同じような家庭的雰囲気の中で、【同じ保育者の日々一貫した支援】をベースに、家庭的保育ならではの【遊びや生活を支えるバラエティな人的環境】が背景にあった。家庭的保育者は、【個々の遊び心を満たす環境】を整え、遊びを通したきめ細やかな基本的生活習慣形成支援、個々のペースを尊重した健康的な生活習慣形成支援に努めていた。とくに、家庭的保育での経験の乏しさが懸念されてきた戸外遊びは、【保育者同士で工夫する公園遊び】を日課として行い、個々の戸外遊び支援に展開されていた。

また、24時間を見据えた【巧みな生活リズムの調整】、家庭に【きめ細かく繋げる生活習慣】の重要性を意識しながら、家庭と共に育む生活習慣形成支援を心がけていた。その結果、個々に必要な健康的な生活習慣の確立に至った。

このような家庭的保育者の支援は、子ども一人ひとりの状況に応じた関わりが必要な3歳未満児の生活習慣形成に求められる支援であることが示唆された。

一方で、同じ保育者の日々一貫した支援は、保育者の質に関わる部分が大きいことから、質の向上を目指した研修や研修への

参加体制の整備などの必要性が求められた。

注

（注1）保育所の3歳未満児を対象とした広域調査研究では、ベネッセ次世代育成研究所の『幼児の生活アンケート（1995年～2010年）』、服部ら（2004）、前橋（2006, 2010, 2011）、前橋・泉（2009）等がある。

（注2）代替保育とは、連携保育所で家庭的保育児を受け入れてもらい、一時的に保育を保育所で行ってもらうことである（家庭的保育研究会, 2011b）。

謝 辞

本研究にご協力頂きました、自治体の家庭的保育ご担当者様、家庭的保育者の皆様方に心から感謝申し上げます。

なお、本研究は、平成23年度科学研究費（基礎基盤（C）研究課題番号23500889）の助成を得て調査を実施した。

文 献

安梅勲江, 2004a, 「乳児期に大切な「子育て環境」とは～追跡研究からみた根拠に基づく保育の必要性～」『保育の友6月号』pp.24-25

安梅勲江, 2004b, 「長時間保育の子どもの発達への影響に関する追跡研究～3年後の子どもの発達に関連する要因に焦点をあてて～」『日本保健福祉学会誌』10(2), pp.9-17

ベネッセ次世代育成研究所, 1995年～2010年, 『幼児の生活アンケート』（2014年7月14日アクセス）berd.benesse.jp/jisedai/research/detail

服部伸一・足立 正・嶋崎博嗣・三宅孝昭, 2004, 「テレビ視聴時間の長短が幼児の生活習慣に及ぼす影響」『小児保健研究』63(5), pp.516-523.

家庭的保育研究会, 2011a, 『家庭的保育の基本と実践』福村出版, p.11

家庭的保育研究会, 2011b, 『家庭的保育の基本と実践』福村出版, p.14

神山 潤, 2011, 「発達睡眠生理学」『子どもと発達発達』8(4), pp.248-253.

厚生労働省, 2001, 「精神・神経疾患研究委託費 睡眠障害の診断・治療ガイドライン作成とその実証的研究班」『平成13年度研究報告書』.

厚生労働省, 2008a, 『保育所保育指針＜平成20告示＞』フレーベル館, p.20.

厚生労働省, 2008b, 『保育所保育指針＜平成20告示＞』フレーベル館, p.13.

厚生労働省, 2008c, 『保育所保育指針＜平成20告示＞』フレーベル館, p.13-14.

小山 修・庄司順一・尾木まり・渋谷昌史・福川須美・網野武博, 2007, 「家庭的保育のあり方に関する調査研究(1)」『日本子ども家庭総合研究所紀要』43, pp.89-109.

栗山直子, 2008, 「現代家族の多様化と家庭的保育の位置づけについて」『家庭的教育研究』13, pp.106-109.

鯨岡 峻・鯨岡和子, 2014, 『よくわかる保育心理学』ミネルヴァ書房, pp.106-109.

鯨岡 峻, 1997, 「子育て支援をめぐるいくつかの視点」『発達』72, pp.1-10.

内閣府, 2014, 『子ども子育て支援新制度』, (2014年7月14日アクセス) www8.cao.go.jp/shoushi/shinseido

前橋 明, 2006, 「保育園児の健康福祉に関する研究」『保育と保健』12(1), pp.31-35.

前橋 明, 2008, 『乳幼児の健康』大学教育出版, pp.148-149.

前橋 明, 2010, 「保育園児の生活習慣調査（2009年報告）」『食育学研』5(1), pp.69-91.

前橋 明, 2011, 「子どもの健康福祉戦略2011」『食育学研究』6(2), pp.3-7.

前橋 明・泉 秀生, 2009, 「保育園幼児の生活習慣2007の考察」『幼少

児健康教育研究』15(1), pp.21-31.

佐野裕子, 2013a, 「家庭的保育利用児の生活実態(2011年度)と健康福祉上の課題(I)ー保育園児との生活実態との比較からー」『幼少児健康教育研究』19(1), pp.8-23.

佐野裕子, 2013b, 「家庭的保育利用児の健康福祉に関する研究 研究資料

3, 家庭的保育の保育実態調査2011年」『平成23年度科学研究費補助金基礎基盤C研究報告書』

田宮 緑, 2013, 『領域人間関係』萌文書林, pp.34-42, 58-65.

全国保育団体連絡会, 2013, 「統計資料」保育研究所編『保育白書2013年』ひとなる書房, p.242.